



---

## EDUCACIÓN FÍSICA

### Acondicionamiento físico

EDUCACIÓN FÍSICA: Es un cultivo metódico de ejercicios adecuados que tienen por objeto desarrollar y fortalecer el cuerpo humano.

OBJETIVO: Formar físicamente al niño en el desarrollo corporal y orgánico, la obtención de una amplia capacidad motora general.

Atletismo	Juegos Predeportivos	Natación
<ul style="list-style-type: none"><li>• Ejercicios de coordinación</li><li>• Velocidad corta, media y larga</li><li>• Ejercicios de reacción</li><li>• Retroalimentación salto largo despegue, vuelo y caída.</li><li>• Retroalimentación lanzamiento de pelota de beisbol a pie firme y carrera</li></ul>	<p>Introducción de reglas de juego</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Baloncesto</li><li>• Fútbol</li><li>• Beisbol</li></ul> <p>Juegos Recreativos</p> <p>Gimnasia rítmica femenina</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Técnica patada, respiración y brazada estilo cowl, pecho y dorso.</li></ul>